

レクリエーション企画書

【実施日時】 年 月 日 (: ~ :)

【担当者】_____

【参加人数】_____名

【企画名】

ダンボール紙相撲

【レクリエーションの目的】

- ・みんなで声を合わせて楽しみ、協力しながら盛り上がる
- ・手や腕を使うことで、自然に運動になる
- ・昔遊びを通じて、懐かしさや会話を引き出す

【レクリエーションの効果】

- ・リズムよく手を使うことで、手先や腕の動きが活発になる
- ・相撲を題材にすることで、笑いや話題が広がる
- ・勝ち負けを楽しむことで、集中力や達成感が高まる

【レクリエーションの内容】

- 1、椅子の上に段ボールの空き箱を置き、土俵の線を描く
- 2、段ボールで作った力士を2体、土俵の中央に向かい合わせで立てる
- 3、スタッフが土俵(段ボール)を押さえて固定する
- 4、周りに座った4人が「はっけよい、のこった!」の合図で土俵をトントンとたたく
- 5、相手の力士を先に倒すか、土俵から落とした方が勝ち

【実施中の注意点】

- ・強くたたきすぎないように声かけをする
- ・みんながリズムを合わせられるようにスタッフが掛け声で調整する
- ・参加できない人も「応援役」として関わってもらう

【リスク管理】

- ・箱がずれたり落ちないように、スタッフがしっかり押さえる
- ・手を打ちつけて痛めないよう、段ボールの角に布やテープで保護する
- ・興奮して立ち上がらないよう、事前に座って動くことを伝える

【必要物品】

- ・段ボールの空き箱(ペットボトルなどが入ったもの)
- ・椅子(4脚以上)
- ・力士人形(段ボールで作成)
- ・マジック(土俵線を描くため)
- ・必要なら布やテープ(段ボールの角保護用)

【動画】

